मार्कण्डेयपुराणम्/अध्यायः ०३६-०४०



36(33)

षट्त्रिंशोऽध्यायः

जड उवाच

स एवमनुशिष्टः सन् मात्रा संप्राप्य यौवनम् ।
ऋतध्वजसुतश्चक्रे सम्यग्दारपरिग्रहम् ॥३६.१ ॥

पुत्रांश्चोत्पादयामास यज्ञैश्चाप्ययजद्विभुः ।
पितुश्च सर्वकालेषु चकाराज्ञानुपालनम् ॥३६.२ ॥

ततः कालेन महता संप्राप्य चरमं वयः ।
चक्रेऽभिषेकं पुत्रस्य तस्य रज्ये ऋतध्वजः ॥३६.३ ॥

भार्यया सह धर्मात्मा यियासुस्तपसे वनम् ।
अवतीर्णो महारक्षो महाभागो महीपतिः ॥३६.४ ॥

मदालसा च तनयं प्राहेदं पश्चिमं वच ।
कामोपभोगसंसर्गप्रहाणाय सुतस्य वै ॥३६.५ ॥

मदालसोवाच

यदा दुः खमसह्यं ते प्रियबन्धुवियोगजम् ।
शत्रुबाधोद्भवं वापि वित्तनाशात्मसम्भवम् ॥३६.६ ॥

भवेत्तत् कुर्वतो राज्यं गृहधर्मावलम्बिनः ।
दुः खायतनभूतो हि ममत्वालम्बनो गृही ॥३६.७ ॥

तदास्मात् पुत्र ! निष्कृष्य मद्दत्तादङ्गुलीयकात् ।
वाच्यं ते शासनं पट्टे सूक्ष्माक्षरनिवेशितम् ॥३६.८ ॥

जड उवाच

इत्युक्त्वा प्रददौ तस्मै सौवर्णं साङ्गुलीयकम् ।
आशिषश्चापि या योग्याः परुषस्य गृहे सतः ॥३६.९ ॥

ततः कुबलयाश्वोऽसौ सा च देवी मदालसा ।
पुत्राय दत्त्वा तद्राज्यं तपसे काननं गतौ ॥३६.१० ॥

37(34)

सप्तत्रिंशोऽध्यायः

जड उवाच

सोऽप्यलर्को यथान्यायं पुत्रवन्मुदिताः प्रजाः ।
पालयामास धर्मात्मा स्वे स्वे कर्मण्यवस्थिताः ॥३७.१ ॥

दुष्टेषु दण्डं शिष्टेषु सम्यक् च परिपालनम् ।

कुर्वन् परां मुदं लेभे इयाज च महामखैः ॥३७.२ ॥

अजायन्त सुताश्चास्य महाबलपराक्रमाः ।
धर्मात्मानो माहत्मानो विमार्गपरिपन्थिनः ॥३७.३ ॥

चकार सोऽर्थं धर्मेण धर्ममर्थेन वा पुनः ।
तयोश्चैवाविरोधेन बुभुजे विषयानपि ॥३७.४ ॥

एवं बहूनि वर्षाणि तस्य पालयतो महीम् ।
धर्मार्थकामसक्तस्य जग्मुरेकमहर्यथा ॥३७.५ ॥

वैराग्यं नास्य सञ्जज्ञे भुञ्जतो विषयान् प्रियान् ।
न चाप्यलमभूत्तस्य धर्मार्थोपार्जनं प्रति ॥३७.६ ॥

तं तथा भोगसंसर्ग-प्रमत्तमजितेन्द्रियम् ।

सुबाहुर्नाम शुश्राव भ्राता तस्य वनेचरः ॥३७.७ ॥

तं बुबोधयिषुः सोऽथ चिरं ध्यात्वा महीपतिः ।

तद्वैरिसंश्रयं तस्य श्रेयोऽमन्यत भूपतेः ॥३७.८ ॥

ततः स काशिभूपालमुदीर्णबलवाहनम् ।

स्वराज्यं प्राप्तुमागच्छद् बहुशः शरणं कृती ॥३७.९ ॥

सोऽपि चक्रे बलोद्योगमलर्कं प्रति पार्थिवः ।

दूतञ्च प्रेषयामास राज्यमस्मै प्रदीयताम् ॥३७.१० ॥

सोऽपि नैच्छत्तदा दातुमाज्ञापूर्वं स्वधर्मवित् ।

प्रत्युवाच च तं दूतमलर्कः काशिभूभृतः ॥३७.११ ॥

मामेवाभ्येत्य हार्देन याचतां राज्यमग्रजः ।

नाक्रान्त्या संप्रदास्यामि भयेनाल्पामपि क्षितिम् ॥३७.१२ ॥

सुबाहुरपि नो याञ्चां चकार मतिमांस्तदा ।

न धर्मः क्षत्रियस्येति याञ्चा वीर्यधनो हि सः ॥३७.१३ ॥

ततः समस्तसैन्येन काशीशः परिवारितः ।

आक्रान्तुमभ्यगाद्राष्ट्रमलर्कस्य महीपतेः ॥३७.१४ ॥

अनन्तरैश्च संश्लेषमभ्येत्य तदनन्तरम् ।

तेषामन्यतमैर्भृत्यैः समाक्रम्यानयद्वशम् ॥३७.१५ ॥

अपीडयंश्च सामान्तांस्तस्य राष्ट्रोपरोधनैः ।

तथा दुर्गानुपालांश्च चक्रे चाटविकान् वशे ॥३७.१६ ॥

कांश्चिच्चोपप्रदानेन कांश्चिद् भेदेन पार्थिवान् ।

साम्नैवान्यान् वशं निन्ये निभृतास्तस्य येऽभवन् ॥३७.१७ ॥

ततः सोऽल्पबलो राजा परचक्रावपीजितः ।
कोषक्षयमवापोच्चैः पुरञ्चारुध्यतारिणा ॥३७.१८ ॥

इत्थं सम्पीड्यमानस्तु क्षीणकोषो दिने दिने ।
विषादमागात्परमं व्याकुलत्वञ्च चेतसः ॥३७.१९ ॥

आर्तिं स परमां प्राप्य तत् सस्माराङ्गुलीयकम् ।
यदुद्दिश्य पुरा प्राह माता तस्य मदालसा ॥३७.२० ॥

ततः स्त्रातः शुचिर्भूत्वा वाचयित्वा द्विजोत्तमान् ।
निष्कृष्य शासनं तस्माद्ददृशे प्रस्फुटाक्षरम् ॥३७.२१ ॥

तत्रैव लिखितं मात्रा वाचयामास पार्थिवः ।
प्रकाशपुलकाङ्गोऽसौ प्रहर्षोत्फुल्ललोचनः ॥३७.२२ ॥

सङ्गः सर्वात्मना त्याज्यः स चेत्त्यक्तुं न शक्यते ।

स सद्भिः सह कर्तव्यः सतां सङ्गो हि भेषजम् ॥३७.२३ ॥

कामः सर्वात्मना हेयो हातुञ्चेच्छक्यते न सः ।
मुमुक्षां प्रति तत्कार्यं सैव तस्यापि भेषजम् ॥३७.२४ ॥

वाचयित्वा तु बहुशो नृणां श्रेयः कथं त्विति ।
मुमुक्षयेति निश्चित्य सा च तत्सङ्गतो यतः ॥३७.२५ ॥

ततः स साधुसम्पर्कं चिन्तयन् पृथिवीपतिः ।
दत्तात्रेयं महाभागमगच्छत् परमार्तिमान् ॥३७.२६ ॥

तं समेत्य महात्मानमकल्पषमसङ्गिनम् ।
प्रणिपत्याभिसम्पूज्य यथान्यायमभाषत ॥३७.२७ ॥

ब्रह्मन् ! कुरु प्रसादं मे शरणं शरणार्थिनाम् ।
दुःखापहारं कुरु मे दुःखार्तस्यातिकामिनः ॥३७.२८ ॥

दुः खापहारमद्यैव करोमि तव पार्थिव ! ।

सत्यं ब्रूहि किमर्थं ते दुः खं तत् पृथिवीपते ॥३७.२९ ॥

जड उवाच

इत्युक्तश्चिन्तयामास स राजा तेन धीमता ।

त्रिविधस्यापि दुः खस्य स्थानमात्मानमेव च ॥३७.३० ॥

स विमृष्य चिरं राजा पुनः पुनरुदारधीः ।

आत्मानमात्मना धीरः प्रहस्येदमथाब्रावीत् ॥३७.३१ ॥

नाहमुर्वो न सलिलं न ज्योतिरनिलो न च ।

नाकाशं किन्तु शारीरं समेत्य सुखमिष्यते ॥३७.३२ ॥

न्यूनातिरिक्ततां याति पञ्चकेऽस्मिन् सुखासुखम् ।

यदि स्यान्म किन्न स्यादन्यस्थेऽपि हि तन्मयि ॥३७.३३ ॥

नित्यप्रभूतसद्भावे न्यूनाधिक्यान्नतोन्नते ।

तथा च ममतात्यक्ते विशेषो नोपलभ्यते ॥३७.३४ ॥

तन्मात्रावस्थिते सूक्ष्मे तृतीयांशे च पश्यतः ।
तथैव भूतसद्भावं शरीरं किं सुखासुखम् ॥३७.३५ ॥

मनस्यवस्थितं दुःखं सुखं वा मानसञ्च यत् ।
यतस्ततो न मे दुः खं सुखं वा नह्यहं मनः ॥३७.३६ ॥

नाहङ्कारो न च मनो बुद्धिर्नाहं यतस्ततः ।
अन्तः करणजं दुः खं पारख्यं मम तत्कथम् ॥३७.३७ ॥

नाहं शरीरं न मनो यतोऽहं पृथक् शरीरान्मनसस्तथाहम् ।
तत् सन्तु चेतस्यथवापि देहे सुखानि दुः खानि च किं ममात्र ॥
३७.३८ ॥

राज्यस्य वाञ्छां सुरुतेऽग्रजोऽस्य देहस्य चेत् पञ्चमयः स राशिः
।
गुणप्रवृत्त्या मम किन्नु तत्र तत्स्थः स चाहञ्च शरीरतोऽन्यः ॥
३७.३९ ॥

न यस्य हस्तादिकमप्यशेषं मांसं न चास्थीनि खिराविभागः ।
कस्तस्य नागाश्वरथादिकोषैः स्वल्पोऽपि सम्बन्ध इहास्ति पुंसः ॥
३७.४० ॥

तस्मान्न मेऽरिर्न च मेऽस्ति दुः खं न मे सुखं नापि पुरं न कोषम् ।
न चाश्वनागादि बलं न तस्य नान्यस्य वा कस्यचिद्वा ममास्ति ॥
३७.४१ ॥

यथा घटीकुम्भकमण्डलुस्थम् आकाशमेकं बहुधा हि दृष्टम् ।
तथा सुबाहुः स च काशिपोऽहं मल्ये च देहेषु शरीरभेदैः ॥३७.४२ ॥

इति श्रीमार्कण्डेयपुराणे पितापुत्रसंवादे आत्मविवेको नाम सप्तत्रिंशोऽध्यायः

38(35)

अष्टत्रिंशोऽध्यायः

जड उवाच

दत्तात्रेयं ततो विप्रं प्रणिपत्य स पार्थिवः ।
प्रत्युवाच महात्मानं प्रश्रयावनतो वचः ॥३८.१ ॥

सम्यक् प्रपश्यतो ब्रह्मन् ! मम दुः खं न किञ्चन ।
असम्यग्दर्शिना मग्नाः सर्वदैवासुखार्णवे ॥३८.२ ॥

यस्मिन् यस्मिन्ममासक्ता बुद्धिः पुंसः प्रजायते ।
ततस्ततः समादाय दुः खान्येव प्रयच्छति ॥३८.३ ॥

मार्जारभक्षिते दुः खं यादृशं गृहकुक्कुटे ।
न तादृङ्ममताशून्ये कलविङ्केऽथ मूषिके ॥३८.४ ॥

सोऽहं न दुः खी न सुखी यतोऽहं प्रकृतेः परः ।
यो भूताभिभवो भूतैः सुखदुः खात्मको हि सः ॥३८.५ ॥

दत्तात्रेय उवाच

एवमेतन्नरव्याघ्र ! यथैतद्व्याहृतं त्वया ।
ममेति मूलं दुः कस्य न ममेति च निर्वृतेः ॥३८.६ ॥

मत्प्रश्नादेव ते ज्ञानमुत्पन्नमिदमुत्तमम् ।
ममेति प्रत्ययो येन क्षिप्तः शाल्मलितूलवत् ॥३८.७ ॥

अहमित्यङ्कुरोत्पन्नो ममेति स्कन्धवान् महान् ।

गृहक्षेत्रोच्चशाखश्च पुत्रदारादिपल्लवः ॥३८.८ ॥

धनधान्यमहापत्रो नैककालप्रवर्धितः ।
पुण्यापुण्याग्रपुष्पश्च सुखदुःखमहाफलः ॥३८.९ ॥

तत्र मुक्तिपथव्यापि मूढसम्पर्कसेचनः ।
विधित्साभृङ्गमालाढ्यो कृत्यज्ञानमहातरुः ॥३८.१० ॥

संसाराध्वपरिश्रान्ता ये तच्छायां समाश्रिताः ।
भ्रान्तिज्ञानसुखाधीनास्तेषामात्यन्तिकं कुतः ॥३८.११ ॥

यैस्तु सत्सङ्गपाषाणशितेन ममतातरुः ।
छिन्नो विद्याकुठारेण ते गतास्तेन वर्त्मना ॥३८.१२ ॥

प्राप्य ब्रह्मवनं शीतं नीरजस्कमकण्टकम् ।
प्राप्नुवन्ति परां प्राज्ञा निर्वृतिं वृत्तिवर्जिताः ॥३८.१३ ॥

भूतेन्द्रियमयं स्थूलं न त्वं राजन्न चाप्यहम् ।
न तन्मात्रमयावावां नैवान्तः करणात्मकौ ॥३८.१४ ॥

कं वा पश्यामि राजेन्द्र ! प्रधानमिदमावयोः ।
यतः परो हि क्षेत्रज्ञः सङ्घातो हि गुणात्मकः ॥३८.१५ ॥

मशकोडुम्बरेषीकामुञ्जमत्स्याम्भसां यथा ।
एकत्वेऽपि पृथग्भावस्तथा क्षेत्रात्मनोर्नृप !॥३८.१६ ॥

अलर्क उवाच

भगवंस्त्वत्प्रसादेन ममाविर्भूतमुत्तमम् ।
ज्ञानं प्रधानचिच्छक्ति-विवेककरमीदृशम् ॥३८.१७ ॥

किन्त्वत्र विषयाक्रान्ते स्थैर्यवत्त्वं न चेतसि ।
न चापि वेद्मि मुच्येयं कथं प्रकृतिबन्धनात् ॥३८.१८ ॥

कथं न भूयां भूयश्च कथं निर्गुणतामियाम् ।
कथञ्च ब्रह्मणैकत्वं व्रजेयं शाश्वतेन वै ॥३८.१९ ॥

तन्मे योगन्तथा ब्रह्मन् ! प्रणतायाभियाचते ।
सम्यग् ब्रूहि महाप्राज्ञ ! सत्सङ्गो ह्युपकृन्नृणाम् ॥३८.२० ॥

इति श्रीमार्कण्डेयपुराणे पितापुत्रसंवादे प्रश्नाध्यायो नामाष्टत्रिंशोऽध्यायः

39(36)

अथ षटत्रिंशोऽध्यायः

योगनिरूपणवर्णनम्

दत्तात्रेय उवाच

ज्ञानपूर्वो वियोगो योऽज्ञानेन सह योगिनः ।
सा मुक्तिर्ब्रह्मणा चैक्यमनैक्यं प्राकृतैर्गुणैः ।।१

योगे च शक्तिर्विदुषां येन श्रेयः परं भवेत् ।
मुक्तिर्योगात्तथा योगः सम्यग्ज्ञानान्महीपते ।।
सङ्गदोषोद्भवं दुःखं ममत्वासक्तचेतसाम् ।।२
तस्मात्सङ्गं प्रयत्नेन मुमुक्षुः संत्यजेन्नरः ।
सङ्गाभावे ममेत्यस्याः ख्यातेर्हानिः प्रजायते ।।३
निर्ममत्वं सुखायैव वैराग्याद्दोषदर्शनम् ।
ज्ञानादेव च वैराग्यं ज्ञानं वैराग्यपूर्वकम् ।।४
तद्गृहं यत्र वसतिस्तद्भोज्यं येन जीवति ।
यन्मुक्तये तदेवोक्तं ज्ञानमज्ञानमन्यथा ।।५
उपभोगेन पुण्यानामपुण्यानां च पार्थिव ।
कर्त्तव्यमिति नित्यानामकामकरणात्तथा ।।६
असञ्चयादपूर्वस्य क्षयात्पूर्वार्जितस्य च ।
कर्मणो बन्धमाप्नोति शरीरं च पुनः पुनः ।।७
कर्मणा मोक्षमाप्नोति वैपरीत्येन तस्य तु ।
एतत्ते कथितं ज्ञानं योगं चेमं निबोध मे ।।
यं प्राप्य ब्रह्मणो योगी शाश्वतान्नान्यतां व्रजेत् ।।८
प्रागेवात्मात्मना जेयो योगिनां स हि दुर्जयः ।

कुर्वीत तज्जये यत्नं तस्योपायं शृणुष्व मे ।।९

प्राणायामैर्दहेद्दोषान्धारणाभिश्च किल्बिषम् ।

प्रत्याहारेण विषयान्ध्यानेनानीश्वरान्गुणान् ।।39.१०

यथा पर्वतधातूनां ध्मातानां दह्यते मलम् ।

तथेन्द्रियकृता दोषा दह्यन्ते प्राणनिग्रहात् ।।११

प्रथमं साधनं कुर्यात्प्राणायामस्य योगवित् ।

प्राणापाननिरोधस्तु प्राणायाम उदाहृतः ।।१२

लघुमध्योत्तरीयाख्यः प्राणायामस्त्रिधोदितः ।

तस्य प्रमाणं वक्षयामि तदलर्क शृणुष्व मे ।।१३

लघुर्द्वादशमात्रस्तु द्विगुणः स तु मध्यमः ।

त्रिगुणाभिस्तु मात्राभिरुत्तमः परिकीर्त्तितः ।।१४

निमेषोन्मेषणे मात्रा कालो लघ्वक्षरस्तथा ।

प्राणायामस्य संख्यार्थं स्मृतो द्वादशमात्रिकः ।।१५

प्रथमेन जयेत्स्वेदं मध्यमेन च वेपथुम् ।

विषादं हि तृतीयेन जयेद्दोषाननुक्रमात् ।।१६

मृदुत्वं सेव्यमानास्तु सिंहशार्दूलकुञ्जराः ।

यथा यान्ति तथा प्राणो वश्यो भवति योगिनः ।।१७

वश्यं मत्तं यथेच्छातो नागं नयति हस्तिपः ।

तथैव योगी छन्देन प्राणं नयति साधितम् ।।१८

यथा हि साधितः सिंहो मृगान्हन्ति न मानवान् ।

तद्वन्निषिद्धपवनः किल्बिषं न नृणां तनुम् ।।१९

तस्माद्युक्तः सदा योगी प्राणायामपरो भवेत् ।

श्रूयतां मुक्तिफलदं तस्यावस्थाचतुष्टयम् ।।39.२०

ध्वस्तिः प्राप्तिस्तथा संवित्प्रसादश्च महीपते ।

स्वरूपं शृणु चैतेषां कथ्यमानमनुक्रमात् ।।२१

कर्मणामिष्टदुष्टानां जायते फलसंक्षयः ।

चेतसोऽपकषायत्वं यत्र सा ध्वस्तिरुच्यते ।।२२

ऐहिकामुष्मिकान्कामांल्लोभमोहात्मकात्स्वयम् ।

निरुध्यास्ते सदा योगी प्राप्तिः सा सार्वकालिकी ।।२३

अतीतानागतानर्थान्विप्रकृष्टतिरोहितान् ।

विजानातीन्दुसूर्यर्क्षग्रहाणां ज्ञानसम्पदा ।।२४

तुल्यप्रभावस्तु यदा योगी प्राप्नोति संविदम् ।

तदा संविदिति ख्याता प्राणायामस्य सा स्थितिः ।।२५

यान्ति प्रसादं येनास्य मनः पञ्च च वायवः ।

इन्द्रियाणीन्द्रियार्थाश्च स प्रसाद इति स्मृतः ।।२६

शृणुष्व च महीपाल प्राणायामस्य लक्षणम् ।
युञ्जतश्च सदा योगं यादृग्विहितमासनम् ॥३९.२७ ॥

पद्ममर्धासनञ्चापि तथा स्वस्तिकमासनम् ।
आस्थाय योगं युञ्जीत कृत्वा च प्रणवं हृदि ॥३९.२८ ॥

समः समासनो भूत्वा संहृत्य चरणावुभौ ।
संवृतास्यस्तथैवोरू सम्यग्विष्टभ्य चाग्रतः ॥३९.२९ ॥

पार्ष्णिभ्यां लिङ्गवृषणावस्पृशन् प्रयतः स्थितः ।
किञ्चिदुन्नामितशिरा दन्तैर्दन्तान्न संस्पृशेत् ॥३९.३० ॥

सम्पश्यन् नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन् ।
रजसा तमसो वृत्तिं सत्त्वेन रजसस्तथा ॥३९.३१ ॥

सञ्छाद्य निर्मले सत्त्वे स्थितो युञ्जीत योगवित् ।

इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यः प्राणादीन्मन एव च ॥३९.३२ ॥

निगृह्य समवायेन प्रत्याहारमुपक्रमेत् ।
यस्तु प्रत्याहरेत्कामान सर्वाङ्गानीव कच्छपः ॥३९.३३ ॥

सदात्मरतिरेकस्थः वश्यत्यात्मानमात्मनि ।
स बाह्याभ्यन्तरं शौचं निष्पाद्याकण्ठनाभितः ॥३९.३४ ॥

पूरयित्वा बुधो देहं प्रत्याहारमुपक्रमेत् ।
प्राणायामा दश द्वौ च धारणा साभिधीयते ॥३९.३५ ॥

द्वे धारणे स्मृते योगे योगिभिस्तत्त्वदृष्टिभिः ।
तथा वै योगयुक्तस्य योगिनो नियतात्मनः ॥३९.३६ ॥

सर्वे दोषाः प्रणश्यन्ति स्वस्थश्चैवोपजायते ।
वीक्षते च परं ब्रह्म प्राकृतांश्च गुणान् पृथक् ॥३९.३७ ॥

व्योमादिपरमाणूंश्च तथात्मानमकल्मषम् ।

इत्थं योगी यताहारः प्राणायामपरायणः ॥३९.३८ ॥

जितां जितां शनैर्भूमिमारोहेत यथा गृहम् ।

दोषान् व्याधींस्तथा मोहमाक्रान्ता भूरनिर्जिता ॥३९.३९ ॥

विवर्धयति नारोहेत्तस्माद् भूमिमनिर्जिताम् ।

प्राणानामुपसंरोधात् प्राणायाम इति स्मृतः ॥३९.४० ॥

धारणेत्युच्यते चेयं धार्यते यन्मनो यथा ।

शब्दादिभ्यः प्रवृत्तानि यदक्षाणि यतात्मभिः ॥३९.४१ ॥

प्रत्याह्रियन्ते योगेन प्रत्याहारस्ततः स्मृतः ।

उपायश्चात्र कथितो योगिभिः परमर्षिभिः ॥३९.४२ ॥

येन व्याध्यादयो दोषा न जायन्ते हि योगिनः ।

यथा तोयार्थिनस्तोयं यन्त्रनालादिभिः शनैः ॥३९.४३ ॥

आपिबेयुस्तथा वायुं पिबेद्योगी जितश्रमः ।
प्राङ्गाभ्यां हृदये चात्र तृतीये च तथोरसि ॥३९.४४ ॥

कण्ठे मुखे नासिकाग्रे नेत्रभ्रूमध्यमूर्धसु ।
किञ्च तस्मात्परस्मिंश्च धारणा परमा स्मृता ॥३९.४५ ॥

दशैता धारणा प्राप्य प्राप्रोत्यक्षरसाम्यताम् ।
नाध्मातः क्षुधितः श्रान्तो न च व्याकुलचेतनः ॥३९.४६ ॥

युञ्जीत योगं राजेन्द्र ! योगी सिद्ध्यर्थमादृतः ।
नातिशीते न चोष्णे वै न द्वन्द्वे नानिलात्मके ॥३९.४७ ॥

कालेष्वेतेषु युञ्जीत न योगं ध्यानतत्परः ।
सशब्दाग्निजालभ्यासे जीर्णगोष्ठे चतुष्पथे ॥३९.४८ ॥

शुष्कपर्णचये नद्यां श्मशाने ससरीसृपे ।

सभये कूपतीरे वा चैत्यवल्मीकसञ्चये ॥३९.४९ ॥

देशेष्वेतेषु तत्त्वज्ञो योगाभ्यासं विवर्जयेत् ।
सत्त्वस्यानुपपत्तौ च देशकालं विवर्जयेत् ॥३९.५० ॥

नासतो दर्शनं योगे तस्मात्तत्परिवर्जयेत् ।
देशानेताननादृत्य मूढत्वाद्यो युनक्ति वै ॥३९.५१ ॥

विघ्राय तस्य वै दोषा जायन्ते तन्निबोध मे ।
बाधिर्यं जडता लोपः स्मृतेर्मूकत्वमन्धता ॥३९.५२ ॥

ज्वरश्च जायते सद्यस्तत्तदज्ञानयोगिनः ।
प्रमादाद्योगिनो दोषा यद्येते स्युश्चिकित्सितम् ॥३९.५३ ॥

तेषां नाशाय कर्तव्यं योगिनां तन्निबोध मे ।
स्निग्धां यवागूमत्युष्णां भुक्त्वा तत्रैव धारयेत् ॥३९.५४ ॥

वात-गुल्मप्रशान्त्यर्थमुदावर्ते तथोदरे ।

यवागूं वापि पवनं वायुग्रन्थिं प्रतिक्षिपेत् ॥३९.५५ ॥

तद्वत्कम्पे महाशैलं स्थिरं मनसि धारयेत् ।
विघाते वचसो वाचं बाधिर्ये श्रवणेन्द्रियम् ॥३९.५६ ॥

यथैवाम्रफलं ध्यायेत् तृष्णार्तो रसनेन्द्रिये ।
यस्मिन् यस्मिन् रुजा देहे तस्मिंस्तदुपकारिणीम् ॥३९.५७ ॥

धारयेद्धारणामुष्णे शीतां शीते च दाहिनीम् ।
कीलं शिरसि संस्थाप्य काष्ठं काष्ठेन ताडयेत् ॥३९.५८ ॥

लुप्तस्मृतेः स्मृतिः सद्यो योगिनस्तेन जायते ।
द्यावापृथिव्यौ वाय्वग्री व्यापिनावपि धारयेत् ॥३९.५९ ॥

अमानुषात् सत्त्वजाद्वा बाधास्त्वेताश्चिकित्सिताः ।

अमानुषं सत्त्वमन्तर्योगिनं प्रविशेद्यदि ॥३९.६० ॥

वाय्वग्रीधारणेनैनं देहसंस्थं विनिर्दहेत् ।
एवं सर्वात्मना रक्षा कार्या योगविदा नृप !॥३९.६१ ॥

धर्मार्थकाममोक्षाणां शरीरं साधनं यतः ।
प्रवृत्तिलक्षणाख्यानाद्योगिनो विस्मयात्तथा ।
विज्ञानं विलयं याति तस्माद् गोप्याः प्रवृत्तयः ॥३९.६२ ॥

आलोल्यमारोग्यमनिष्ठुरत्वं गन्धः शुभो मूत्रपुरीषमल्पम् ।
कान्तिः प्रसादः स्वरसौम्यता च योगप्रवृत्तेः प्रथमं हि चिह्नम् ॥
३९.६३ ॥

अनुरागी जनो याति परोक्षे गुणकीर्तनम् ।
न बभ्यति च सत्त्वानि सिद्धेर्लक्षणमुत्तमम् ॥३९.६४ ॥

शीतोष्णादिभिरत्युग्रैर्यस्य बाधा न विद्यते ।

न भीतिमेति चान्येभ्यस्तस्य सिद्धिरुपस्थिता ॥३९.६५ ॥

इति श्रीमार्कण्डेयपुराणे जडोपाख्याने योगाध्यायो नामैकोनचत्वारिंशोऽध्यायः

40(37)

चत्वारिंशोऽध्यायः

दत्तात्रेय उवाच

उपसर्गाः प्रवर्तन्ते दृष्टे ह्यात्मनि योगिनः ।
ये तांस्ते संप्रवक्षयामि समासेन निबोध मे ॥४०.१ ॥

काम्याः क्रियास्तथा कामान् मानुषानभिवाञ्छति ।
स्त्रियो दानफलं विद्यां मायां कुप्यं धनं दिवम् ॥४०.२ ॥

देवत्वममरेशत्वं रसायनचयाः क्रियाः ।
मरुत्प्रपतनं यज्ञं जलग्न्यावेशनन्तथा ॥४०.३ ॥

श्राद्धानां सर्वदानानां फलानि नियमांस्तथा ।
तथोपवासात् पूर्ताच्च देवताभ्यर्च्चनादपि ॥४०.४ ॥

तेभ्यस्तेभ्यश्च कर्मभ्य उपसृष्टोऽभिवाञ्छति ।
चित्तमित्थं वर्तमानं यत्नाद्योगी निवर्तयेत् ॥४०.५ ॥

ब्रह्मसङ्गिमनः कुर्वन्नुपसर्गात् प्रमुच्यते ।
उपसर्गैर्जितैरेभिरुपसर्गास्ततः पुनः ॥४०.६ ॥

योगिनः संप्रवर्तन्ते सात्त्वराजसतामसाः ।
प्रातिभिः श्रावणो दैवो भ्रमावर्त्तौ तथापरौ ॥४०.७ ॥

पञ्चैते योगिनां योगविघ्राय कटुकोदयाः ।
वेदार्थाः काव्यशास्त्रार्था विद्याशिल्पान्यशेषतः ॥४०.८ ॥

प्रतिभान्ति यदस्येति प्रातिभः स तु योगिनः ।
शब्दार्थानाखिलान् वेत्ति शब्दं गृह्णाति चैव यत् ॥४०.९ ॥

योजनानां सहस्रेभ्यः श्रावणः सोऽभिधीयते ।
ममन्ताद्वीक्षते चाष्टौ स यदा देवतोपमः ॥४०.१० ॥

उपसर्गन्तमप्याहुर्दैवमुन्मत्तवद् बुधाः ।
भ्राम्यते यन्निरालम्बं मनो दोषेण योगिनः ॥४०.११ ॥

समस्ताचारविभ्रांशाद् भ्रमः स परिकीर्तितः ।
आवर्त इव तोयस्य ज्ञानावर्तो यदाकुलः ॥४०.१२ ॥

नाशयेच्चित्तमावर्त उपसर्गः स उच्यते ।
एतैर्नाशितयोगास्तु सकला देवयोनयः ॥४०.१३ ॥

उपसर्गैर्महाघोरैरावर्तन्ते पुनः पुनः ।

प्रावृत्य कम्बलं शुक्लं योगी तस्मान्मनोमयम् ॥४०.१४ ॥

चिन्तयेत् परमं ब्रह्म कृत्वा तत्प्रवणं मनः ।
योगयुक्तः सदा योगी लघ्वाहारो जितेन्द्रियः ॥४०.१५ ॥

सूक्ष्मास्तु धारणाः सप्त भूराद्या मूर्ध्नि धारयेत् ।
धरित्रीं धारयेद्योगी तत् सौक्ष्म्यं प्रतिपद्यते ॥४०.१६ ॥

आत्मानं मन्यते चोर्वीं तद्गन्धञ्च जहाति सः ।
यथैवाप्सु रसं सूक्ष्मं तद्वद्रूपञ्च तेजसि ॥४०.१७ ॥

स्पर्शं वायो तथा तद्वद्विभ्रतस्तस्य धारणाम् ।
व्योम्रः सूक्ष्मां प्रवृत्तिञ्च शब्दं तद्वज्जहाति सः ॥४०.१८ ॥

मनसा सर्वभूतानां मनस्याविशते यदा ।
मानसीं धारणां बिभ्रन्मनः सूक्ष्मञ्च जायते ॥४०.१९ ॥

तद्वद् बुद्धिमशेषाणां सत्त्वानामेत्य योगवित् ।
परित्यजति सम्प्राप्य बुद्धिसौक्ष्म्यमनुत्तमम् ॥४०.२० ॥

परित्यजति सूक्ष्माणि सप्त त्वेतानि योगवित् ।
सम्यग्विज्ञाय योऽलर्क ! तस्यावृत्तिर्न विद्यते ॥४०.२१ ॥

एतासां धारणानान्तु सप्तानां सौक्ष्म्यमात्मवान् ।
दृष्ट्वा दृष्ट्वा ततः सिद्धिं त्यक्त्वा त्यक्त्वा परां व्रजेत् ॥४०.२२ ॥

यस्मिन् यस्मिंश्च कुरुते भूते रागं महीपते ।
तस्मिंस्तस्मिन् समासक्तिं संप्राप्य स विनश्यति ॥४०.२३ ॥

तस्माद्विदित्वा सूक्ष्माणि संसक्तानि परस्परम् ।
परित्यजति यो देही स परं प्राप्नुयात् पदम् ॥४०.२४ ॥

एतान्येव तु सन्धाय सप्त सूक्ष्माणि पार्थिव ! ।
भूतादीनां विरागोऽत्र सद्भावज्ञस्य मुक्तये ॥४०.२५ ॥

गन्धादिषु समासक्तिं सम्प्राप्य स विनश्यति ।
पुनरावर्तते भूप ! स ब्रह्मापरमानुषम् ॥४०.२६ ॥

सप्तैता धारणा योगी समतीत्य यदिच्छति ।
तस्मिंस्तस्मिंल्लयं सूक्ष्मे भूते याति नरेश्वर !॥४०.२७ ॥

देवानामसुराणां वा गन्धर्वोरगरक्षसाम् ।
देहेषु लयमायाति सङ्गं नाप्रोति च क्वचित् ॥४०.२८ ॥

अणिमा लघिमा चैव महिमा प्राप्तिरेव च ।
प्राकाम्यं च तथेशित्वं वशित्वञ्च तथापरम् ॥४०.२९ ॥

यत्रकामावसायित्वं गुणानेतांस्तथैश्वरान् ।
प्राप्नोत्यष्टौ नरव्याघ्र ! परं निर्वाणसूचकान् ॥४०.३० ॥

सूक्ष्मात् सूक्ष्मतमोऽणीयान् शीघ्रत्वं लघिमा गुणः ।

महिमाशेषपूज्यत्वात् प्राप्तिर्नाप्राप्यमस्य यत् ॥४०.३१ ॥

प्राकाम्यमस्य व्यापित्वादीशित्वञ्चेश्वरो यतः ।
वशित्वाद्वशिमा नाम योगिनः सप्तमो गुणः ॥४०.३२ ॥

यत्रेच्छास्थानमप्युक्तं यत्रकामावसायिता ।
ऐश्वर्यकारणैरेभिर्योगिनः प्रोक्तमष्टधा ॥४०.३३ ॥

मुक्तिसंसूचकं भूप ! परं निर्वाणमात्मनः ।
ततो न जायते नैव वर्धते न विनश्यति ॥४०.३४ ॥

नापि क्षयमवाप्नोति परिणामं न गच्छति ।
छेदं क्लेदं तथा दाहं शोषं भूरादितो न च ॥४०.३५ ॥

भूतवर्गादवाप्नोति शब्दाद्यैः ह्रियते न च ।
न चास्य सन्ति शब्दाद्यास्तद्भोक्ता तैर्न युज्यते ॥४०.३६ ॥

यथाहि कनकं खण्डमपद्रव्यवदग्निना ।
दग्धदोषं द्वितीयेन खण्डेनैक्यं व्रजेन्नृप ॥४०.३७ ॥

न विशेषमवाप्रोति तद्वद्योगाग्निना यतिः ।
निर्दग्धदोषस्तेनैक्यं प्रयाति ब्रह्मणा सह ॥४०.३८ ॥

यथाग्निरग्नौ संक्षिप्तः समानत्वमनुव्रजेत् ।
तदाख्यस्तन्मयो भूतो न गृह्येत विशेषतः ॥४०.३९ ॥

परेण ब्रह्मणा तद्वत् प्राप्यैक्यं दग्धकिल्विषः ।
योगी याति पृथग्भावं न कदाचिन्महीपते !॥४०.४० ॥

यथा जलं जलेनैक्यं निक्षिप्तमुपगच्छति ।
तथात्मा साम्यमभ्येति योगिनः परमात्मनि ॥४०.४१ ॥

इति श्रीमार्कण्डेयपुराणे योगसिद्धिर्नाम चत्वारिंशोऽध्यायः

About this digital edition